Sua Genética Está Te Mantendo Gordo?

Você Já Ouviu A Desculpa "Estou Acima Do Peso Por Causa Da Minha Genética"? Sim, Essa Desculpa É Bem Comum E Eu Posso Apostar Que 95% Das Pessoas Já Ouviu Esse Papo (Seja Vindo De Amigos, Conhecidos Ou Mesmo Na Televisão). Geralmente, Isso Se Dá Quando A Pessoa Já Tem Vários Familiares Que Estão Bem Acima Do Peso E, Por Isso, Conclui Que Isso "É De Família".

Devido A Isso, Alguns Nem Tentam E Ficam Se Sentindo Inúteis Na Luta Contra A Perda De Peso. Pois Bem, Eu Tenho Uma Ótima Notícia Pra Você, Se Esse For O Seu Caso: Não Existe Nada Genético Que Possa Ser Responsável Por Sua Gordura. Não Existem "Genes Da Gordura"! Vários Estudos Recentes Nos Revelaram Que O Excesso De Peso Não Tem Qualquer Relação Com A Nossa Genética, Logo, Não Há Motivos Para Você Atribuir Seu Peso A Ela.

Não Se Engane: A Genética Pode Até Definir O Cenário, Mas São As Suas Escolhas Que Determinam Como Será O "Roteiro" De Quem Lê. Faça As Escolhas Certas E Você Poderá Superar Qualquer "Predisposição" E Atingirá O Peso Ideal – E Pelo Tempo Que Quiser. Mas, Se Você Fizer As Escolhas Erradas... Bem, Você Já Sabe Como Isso Termina.

Agora Eu Vou Lhes Dar Mais Uma Informação Importante Sobre Tudo Isso. Você Só Tem Algumas Opções Simples Para Literalmente Transformar Seu Corpo Em Uma Máquina De Queimar Gordura, 24 Horas Por Dia, 365 Dias Por Ano!

Não Seja Mais Uma Vítima. Tome Uma Atitude Firme E Consciente Para Mudar A Sua Vida.